**PRZ THAI Tofu champignon**

**ingrédient**

|  |  |
| --- | --- |
|  | 50 grammes |
| Les champignons frais | 2 fleurs |
| Le tofu (soja) | 1 Tube |
| Kale bouillie | 100 grammes |
| ail haché | 1 cuill à soupe |
| Sauce aux champignons | 2 cuill à soupe |
| sauces | 1 1/2 cuillà s |
| sucre granulé | 2 c |
| manioc | 1 cuillère à soupe |
| eau | 1/2 tasse |
| huile d'olive |  |

1. Faire chauffer le wok, ajouter l'huile d' olive. Ajouter l' ail et remuer jusqu'à ce que parfumé.  champignons cuits oignons   
2. Assaisonnement avec sauce aux champignons, le sucre, l' eau, la farine et mélanger. Ajouter le mélange de tofu, mélanger délicatement pour mélanger, verser le mélange de la chaleur vers le bas sur les genoux de chou frisé bouilli préparé.

tofu épicé

|  |  |
| --- | --- |
| tofu nain, coupé en tranches et dés | 200 grammes |
|  |  |
| Les champignons, coupés en deux | 7 fleur |
| Tranches lemongrass Ricochet | 2 plantes |
| Galanga, coupé en tranches | 5 verres |
| Échalottes sont bash | 3 têtes |
| feuilles de combava, déchirés | 5 carte |
| eau | 2 1/2 tasses |
| beurre non salé | 1/4 tasse |
| chili | 2 cuill à soupe |
| limonade | 2 1 / 2-3 c |
| piment légèrement pilonné | 10-15 comprimés |
| Persil, hachés grossièrement | 1/4 tasse |
| peu d'huile végétale |  |

1. Faire chauffer le wok, ajouter un peu d' huile végétale. tofu nain Grill dans le jaune tout au long. Scoop le   
2. Faire bouillir l' eau, ajouter la citronnelle, le galanga, les échalotes, les feuilles de lime kaffir, assez chaud pour faire bouillir assez parfumée   
3. Ajouter les champignons assez de lait d'ébullition en attente d'ébullition. gommage Tofu hors tension   
4. Ajouter le jus de citron, le paprika, le persil, le jardin bien mélanger.

Le tofu l'ail

|  |  |
| --- | --- |
| tofu | 200 grammes |
| Quand l'ail a fracassé la Thaïlande | 1/2 tasse |
| Gros poivre noir moulu | 2 c |
| Coriandre, hachée | 1 racines |
| Sauce aux champignons | 1 cui à soupe |
| sauces | 1/2 c |
| sauce de soja | 1 tsp |
| sucre granulé | 1 1/2 c |
| eau | 2 cuill à soupe |
| huile | 2 cuill à soupe |
| huile végétale pour friture |  |

1. Faire chauffer le wok, ajouter l'huile végétale. Ajouter le tofu. Scoop le   
2. Chauffer le wok, ajouter de l' huile. Ajouter l'ail, les faire frire jaune, racine de coriandre, poivre noir, faire revenir l' oignon   
3. Ajouter le tofu. Assaisonner la sauce avec sauce aux champignons, la sauce soja, le sucre brun, ajouter de l' eau, remuer bien

# .  3 haricots noirs soupe

soupe condensée aux noix conduit trois couleurs, les haricots rouges, haricots blancs, soja, céréales et petit oignon bouilli et cuit. En plus de légumes farine de blé entier, l'oignon, la feuille de laurier et laisser cuire jusqu'à tendreté. Servir à savourer le goût du tout. Il est également très utile pour moi.



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | |  |
| haricots rouges cuits | 1/4 tasse | |
| haricots bouillis | 1/4 tasse | |
| Japon de soja | 1/4 tasse | |
| Oignon, grossièrement hachés | 2 cuil à soupe | |
| beurre salé | 2 cuil à soupe | |
| farine | 1,5cu à soupe | |
| Le bouillon | 1 tasse | |
| feuille de laurier | 1 | |
| crème fraîche | 1/4 tasse | |
| lait frais | 1/4 tasse | |
| gros sel | 1/4 c | |
| poivre moulu | 1/8 c | |

**Méthode**  
1. Mettre la casserole faire fondre le beurre. Ajouter l' oignon, les faire frire jusqu'à ce que fait. Ajouter la feuille de laurier, faire revenir l' oignon   
2. Incorporer la farine est cuite ajouter lentement le bouillon à ébullition et attendre jusqu'à ce que toute la pâte est cuite vers le bas avec tamis filtrant et verser dans un pot tenue à feu doux   
3. Ajouter la crème fouettée et le lait aromatisé. assaisonner avec le sel, le poivre, les haricots rouges, haricots blancs et de mettre les faire bouillir jusqu'à ce que le mélange soit épais soja par personne. Verser dans un récipient servant vers le bas.